



Школа Ишлякшеченная Отд./корп 7-4кв День 3.05.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	<u>№23</u>	<u>Салат из картоф. с сал.</u>	<u>60гр</u>		<u>80,2</u>	<u>0,88</u>	<u>5,6</u>	<u>6,45</u>
	1 блюдо								
	2 блюдо	<u>№231</u>	<u>Плов из кур. чурчковой</u>	<u>200гр</u>		<u>364,0</u>	<u>14,51</u>	<u>14,81</u>	<u>28,34</u>
	гарнир								
	сладкое	<u>№686</u>	<u>Чай с лимоном</u>	<u>200гр</u>		<u>63,0</u>	<u>0,28</u>	<u>0,06</u>	<u>15,23</u>
	хлеб бел.	<u>№1</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>30гр</u>		<u>71,0</u>	<u>2,28</u>	<u>0,24</u>	<u>14,86</u>
	хлеб черн.	<u>№1</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>20гр</u>		<u>44,0</u>	<u>1,0</u>	<u>0,2</u>	<u>8,0</u>



Школа Ишлякшеченная Отд./корп 5-3кв День 3.05.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	<u>№23</u>	<u>Салат из картоф. с сал.</u>	<u>60гр</u>		<u>80,2</u>	<u>0,88</u>	<u>5,6</u>	<u>6,45</u>
	1 блюдо								
	2 блюдо	<u>№231</u>	<u>Плов из кур. чурчковой</u>	<u>200гр</u>		<u>364,0</u>	<u>14,51</u>	<u>14,81</u>	<u>28,34</u>
	гарнир								
	сладкое	<u>№686</u>	<u>Чай с лимоном</u>	<u>200гр</u>		<u>63,0</u>	<u>0,28</u>	<u>0,06</u>	<u>15,23</u>
	хлеб бел.	<u>№1</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>50гр</u>		<u>122,0</u>	<u>3,80</u>	<u>0,4</u>	<u>24,6</u>
	хлеб черн.	<u>№1</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>30гр</u>		<u>66,0</u>	<u>1,5</u>	<u>0,3</u>	<u>13,5</u>
			<u>Мол. Творог сахар.</u>	<u>48гр</u>		<u>199,6</u>	<u>3,8</u>	<u>4,6</u>	<u>35,6</u>